



Ich freue mich, von Ihnen zu hören.
Kontaktieren Sie mich bitte unter:

Annemarie Weindl-Ihrler

Heilpraktikerin (Psychotherapie HPG)

Heilpädagogin

Tanz-und Bewegungstherapeutin

Dreijährige Weiterbildung in

Traumatherapie und Fortbildungen

in systemischer Therapie.

Telefon:089 - 75 94 700

E-Mail: kontakt@heilpraxis-ihrler.de

Web: www.heilpraxis-ihrler.de

Studio Freitänzer

Euckenstrasse 15, 81369 München

U-und S-Bahn - Haltestelle Harras

Termine nach Vereinbarung



Psychotherapeutische Praxis für
Traumabehandlung (HPG) und Bewegungserfahrung

Tanz-und Bewegungstherapie

Die Heilkraft des Tanzes fördert die psychisch-physische Einheit des Menschen, damit sind Integrations- und Heilprozesse möglich.

Traumaarbeit nach P. Levine

Ist eine körperorientierte Methode, die der Behandlung von Ängsten und posttraumatischen Reaktionen dient.

Beratung in Krisensituationen

je nach Bedarf eine oder mehrere Sitzungen

Psychotherapeutische Begleitung

von Erwachsenen und Jugendlichen-tiefenpsychologischer Ansatz

Entspannungsmethoden

bei Stresssituationen



Selbstentfaltung und Lebendigkeit

Traumaarbeit nach P. Levine

Oft hindern uns bewusste oder unbewusste traumatische Erfahrungen daran, einen erfüllten Weg zu gehen und die Möglichkeiten und Chancen zu nutzen, die das Leben bietet.

Diese Erfahrungen können aus der Kindheit oder auch durch äußere Lebensumstände hervorgerufen sein. Dazu gehören auch Schocktraumata nach Unfällen oder Zustände nach anderen Gewalteinwirkungen.

Es kann aber auch sein, dass wir uns keines solcher Erlebnisse bewußt sind.

Symptome dieser Traumaerfahrungen können sein:
Ängste - Ruhelosigkeit - Schlafstörungen - Reizbarkeit -
Stressanfälligkeit - Gefühl der Stumpfheit - Depression -
körperliche Beschwerden ohne medizinischen Befund.



Selbstentfaltung und Lebendigkeit

Tanz- und Bewegungstherapie

Tanz- und Bewegungstherapie ist eine Form der Psychotherapie, die sich die Wirkung der Bewegung für den Heilungsprozess zunutze macht. Sie wirkt ganzheitlich und fördert die seelisch-körperliche Einheit des Menschen.

In einem geschützten Rahmen kann über den körperlichen Ausdruck bisher nicht gekanntes Potential entdeckt und verinnerlicht werden. Tiefe Empfindungen und Gefühle können erfahren und integriert werden.

Tanz- und Bewegungserfahrung ist ein Ausdrucksmittel für Lebendigkeit, Kreativität und Freude.

Tänzerische Kenntnisse sind nicht erforderlich.

Das, wonach Du Dich sehnst, sehnt sich nach Dir.

(Sufi Reomi)